

PROGRAMME des RANDONNEES

1° Trimestre 2018

Des marches pour tous niveaux et passions :
comment m'y reconnaître ?



Rando de 8 à 10 Kilomètres à la
1/2 journée à 4km/h de moyenne maxi

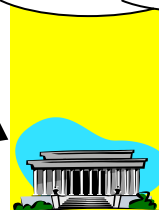
Marche Nordique:
durée : 2h ou 2h30
avec échauffement
et étirements



Rando de 10 à 15 Km à
la 1/2 journée à 4km/h
de moyenne maxi



Marche rapide :
15 à 20Km en 3 à
4 heures



Sorties à thèmes à la
journée



FFRandonnée

Association affiliée

Association Randonnées Toulousaines
Maison du tourisme-BP 70135-54205 TOUL
www.randonnees-touloises.com
email :randotoul@orange.fr

Pour joindre les animateurs





















R.FERRARI	06 61 15 47 03	G. LAUR	06 75 90 22 08	MT.GINOUVES	06 81 16 34 97
B. TUAILLON	03.83.63 83 03	F. SPECTE	06.75.73.51.73	B.VALENTIN	06.09.38.14.97
P. LAURENT	03.83.64.55.46	J.M.MAZELIN	07 81 11 20 47	S.ROCHEFOLLE	06 89 34 78 32
J.L. STEPHAN	06 75 08 61 69	S.MITTAUT	06 52 03 71 63	D.ROCHEFOLLE	06 86 18 43 89
P.SCHWRDA	06 15 66 43 05	J.P.ROSAIRE	06 32 34 89 13		
R.N..FRANCOIS	06 84 36 42 72	P. PAUL	03 83 43 18 25	B, ATTENOT	06 76 15 84 94
A.KOHLER	03.83.52.82.61				

Meilleurs voeux 2018







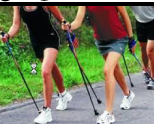












Petit conseil :

En hiver la nuit tombe vite, une lampe de poche dans votre sac à dos peut parfois être utile !!!






















JANVIER 2018

Jeudi 4		14h	Mont le Vignoble - Mairie	P. Paul
		14h	Villey le Sec - Eglise	D. Rochefolle
Vendredi 5		9h00	Marche nordique - Plateau d' Ecrouves – Table d'orientation	B. Attenot
Lundi 8		14h	Villey St-Etienne -salle polyvalente	J.L. Stephan
		14h	Jaillon - Eglise	B. Tuailon
Jeudi 11		14h30	 Val de Passey –Choloy Inscription préalable	R. Ferrari
		14h	 Val de Passey-Choloy- Inscription préalable	B. Attenot
Dimanche 14		7h30	Sortie Raquettes au Hohneck . voir ci-joint	Comité départemental FFrandonnée
Lundi 15		14h	Bicqueley -Eglise	G. Laur
		14h	Laneuveville derrière Foug - Aire de jeux	F. Specte
Jeudi 18		14h	Colombey -Parking Poids lourds sortie du village coté Autreville	A. Kohler
		14h	Charmes la Cote -Cimetière	J.M. Mazelin
Vendredi 19		9h00	Marche nordique - Lagney - Lavoir	B. Tuailon
Lundi 22		14h	Maron - ancienne gare	J.P. Rosaire
		14h	Vannes le chatel - Plate forme verrière	B. Attenot
Jeudi 25		14h	Choloy - Mairie	M.T. Ginouvès
		14h	Bulligny - Maison pour tous	P. Paul
Lundi 29		14h	Fontenoy - gare	S. Rochefolle
		14h	Lay St-Remy - Eglise	R. Ferrari

FEVRIER 2018

Jeudi 1		14h	Pierre la Treiche - salle Poussot	P. Paul
		14h	Andilly - Eglise	P. Schwrda
Lundi 5		14h	Void - Place Cugnot	B. Valentin
		14h	Boucq - Terrain de Foot	B. Tuailon
Jeudi 8		14h	Moutrot - Eglise	N. Francois
		14h	Grandmenil - Cimetière	D. Rochefolle
Vendredi 9		9h00	Marche nordique - Bruley - Eglise	B. Attenot
Lundi 12		14h	Mont le Vignoble - Mairie	S. Rochefolle
		14h	Mont le Vignoble - Mairie	P. Paul
Jeudi 15		14h	Toul - Champ de foire	S. Mittaut
		14h	Villey - St-Etienne - Salle polyvalente	B. Attenot
Vendredi 16		9h00	Marche nordique - Villey le sec - Ecluse	B. Tuailon
Lundi 19		14h	Mandres aux 4 Tours - Eglise	R. Ferrari
		14h	Ecrouves - Salle Robinot	F. Specte
Jeudi 22		14h	Jaillon - Eglise	J.L. Stephan
		14h	Pagney derrière Barine - Parking des acacias	J.M. Mazelin
Dimanche 23		7h30	Sortie Raquettes au Hohneck . voir ci-joint	Comité régional FFrandonnée
Lundi 26		14h	Blenod les Toul - Salle polyvalente	J.P. Rosaire
		14h	Sanzey - Eglise	P. Schwrda

MARS 2018

Jeudi 1		14h	Uruffe - Scierie	B. Valentin
		14h	Viterne - stade	D. Rochefolle
Vendredi 2		9h00	Marche nordique - Toul mini-Golf	B. Tuailon
Lundi 5		14h	Bulligny - Maison pour tous	S. Rochefolle
		14h	Blenod les Toul - Salle polyvalente	F. Specte
Jeudi 8		14h	Moutrot - Eglise	A. Kohler
		14h	Domgermain - Salle polyvalente	J.M. Mazelin
Dimanche 11		9h	Randonnée des Nivéoles -Moutrot - eglise	Sentiers des Deuilles
Lundi 12		14h	Bruley - Parking info	S. Mittaut
		14h	Chalaines- Petit Chalaines route de Sepvigny	B. Valentin
Jeudi 15		14h	Foug - ferme de la Savonnière	M.T. Ginouvès
		14h	Laneuveville aux Rupts -Eglise	R. Ferrari
Vendredi 16		9h00	Marche nordique - Laneuveville derrière Foug - aire de jeux	B. Tuailon
Lundi 19		14h	Troussey - Eglise	B. Tuailon
		14h	Dommartin -Ancien Leclerc	J.L. Stephan
Jeudi 22		14h	Mandres aux 4 tours - Terrain de camping	S. Mittaut
		14h	Rosières en Haye . salle des Fêtes	B. Attenot
Lundi 26		14h	Villey - St-Etienne -Pavillon Bleu	J.P. Rosaire
		14h	Vertuzey - Eglise	B. Tuailon
Jeudi 29		14h	Thuilley aux Groseilles - Salle des fêtes	R. Francois
		14h	Trondes - Terrain de Foot	J.M. Mazelin
Vendredi 30		9h00	Marche nordique - Villey St -Etienne -Mordant	B. Attenot

SORTIE RAQUETTES AU HOHNECK

Dimanche
14 janvier 2018

TARIF : 42 €

- * Transport en autocar au départ de la Maison des Sports à Tomblaine à 7h30
- * Randonnée encadrée matin et après-midi, 3 niveaux

- * Repas de midi au refuge du Sotré (boissons comprises)
- * Location possible de raquettes (7 €)
- * Retour prévu vers 18h30



Comité FFRandonnée M&M
☎ 03 83 18 95 56
✉ meurthe-et-moselle@ffrandonnee.fr

La sortie sera annulée à moins de 40 participants.

En cas d'absence de neige, la sortie sera maintenue sous forme de randonnée classique.

BULLETIN D'INSCRIPTION - SORTIE RAQUETTES 14 JANVIER 2018

NOM	Prénom	N° de licence FFRandonnée	Location de raquettes

A retourner accompagné de votre règlement
à l'ordre du Comité FFRandonnée 54
avant le 3 janvier 2018

Comité FFRandonnée 54
Maison Régionale des Sports
23, rue Jean Moulin - CS 70001
54510 TOMBLAINE

ND : les inscriptions se font dans l'ordre d'arrivée des bulletins et des règlements.

(Réservé aux licenciés FFRandonnée)

Nombre de personnes : x 42 € = €
Réservation de raquettes : x 7 € = € } Total : €

Adresse _____
CP _____ Ville _____
Téléphone _____ Email _____
Club FFRandonnée _____

SORTIE RAQUETTES

Dimanche
25 février 2018
Au Hohneck

- Le matin : randonnée de 2h ou 3h
- L'après-midi : randonnée de 2h environ
- Location possible de raquettes (7 €)
- Repas de midi inclus au refuge du Sotré (hors boissons)
- Transport en autocar au départ de la Maison Régionale des Sports à Tomblaine à 7h30
- Retour prévu vers 18h00

TARIF :

42 €

(repas inclus)



Renseignements : Comité FFRandonnée Grand Est

Tel. : 03 83 18 87 36

Mail : grand-est@ffrandonnee.fr

En cas d'absence de neige, la randonnée raquettes sera remplacée par de la randonnée classique



BULLETIN D'INSCRIPTION - SORTIE RAQUETTES DU 25/02/2018

NOM	Prénom	Réservation de raquettes (cocher le case)

Nombre de personnes : x 42€ = €
Réservation de raquettes : x 7 € = € } Total : €

* Adresse _____

CP _____ Ville _____

Téléphone _____ Email _____

Club FFRandonnée : _____

A retourner accompagné de votre règlement
(à l'ordre du Comité FFRandonnée Grand Est)
avant le 10 février

Comité FFRandonnée Grand Est
Maison Régionale des Sports
13, rue Jean Moulin - BP 70001
54510 TOMBLAINE

NB : les inscriptions se font dans l'ordre
d'arrivée des bulletins et des règlements.

(Réservé aux licenciés
FFRandonnée)

Réservation Pour la galette - 11/01/18

Afin de connaître le nombre de participants et de commander les galettes en conséquence ,
merci de confirmer votre participation en retournant ce bon avant **le 7 Janvier 2018**
à Roland Ferrari- 17 rue du Val de Passey – 54200 Choley-Menillot ☎ : 06 61 15 47 03

Nom.....Prénom.....

Nom.....Prénom.....

Participera(ont) au tirage des rois .

✂-----

Réservation Séjour Itinérant du 2 au 16 Septembre 2018

Brest - Pointe du Raz
Coût environ 800 euros
Responsable JM MAZELIN

Inscription auprès de J. Malcuit -1 rue des Magasins 54200 Toul ☎ 03 83 43 43 13
le plus tôt possible et avant le 15 Janvier 2018
accompagné d'un chèque à l'ordre de Randonnées Toulouises
(en cas de désistement , remboursement selon les conditions des prestataires)

Nom.....Prénom.....

Nom.....Prénom.....

Nombre de personnes.....x 250€ =.....